

## 모듈2 긍정적 마음 가지기

### 4차시 공동체 안에서 ‘나’ 세우기

#### 마음 열기



“자아존중감 일화” 웹툰을 시청해 봅시다.

▶ 웹툰 감상 후, 자아존중감의 의미를 생각해 본다.



03  
Case

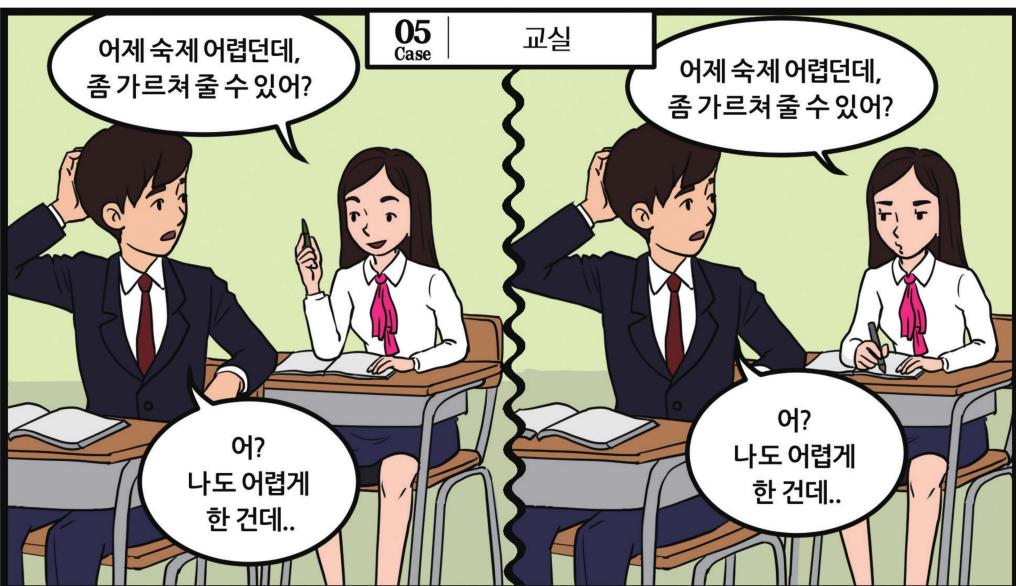
교실



36 긍정적 마음 가지기

04 Case | 무용실, 무용시간



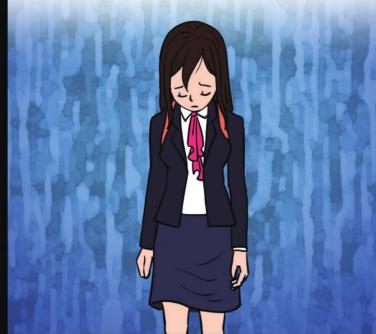


당신은 두 학생 중 어떤 모습으로 살아가고 싶으신가요?

자존감이 높은 사람은 자신의 모습을 그대로 인정하려고 합니다.



긍정적인 사고와 자신에 대한 사랑은 자존감을 형성하는데 아주 중요합니다.



태어날 때, 큰 장애를 가지고 태어났지만 긍정적인 사고와 자신에 대한 사랑으로 희망적인 삶을 살아가는 닉 부이치치.



부모님은 내가 남들과 똑같다고 생각하기를 원하셨습니다. 그래서 저를 남들과 똑같이 대해 주셨습니다.



자라면서 내가 날 불쌍하게 여긴다면 다른 사람들도 날 그렇게 볼 것이라는 것을 깨닫게 되었습니다.





난 내 자신을 불쌍히 여기지 않았고,  
사람들은 날 존중하게 되었습니다.



그것이 내 삶에 커다란  
희망이 되었습니다.



당신은 다만 당신이란 이유만으로도 사랑과 존중을 받을 자격이 있습니다.

출처: <https://www.youtube.com/watch?v=jr24Vlde0A4&list=RD51ZmDONxn6k&index=2>, 2010. 2. 20.

#### 40 긍정적 마음 가지기



## 학급토의 하기

### 💡 자아존중감이란?

- ▶ 자신의 모습을 있는 그대로 인식하고 자신의 존재가 참 가치롭다고 생각하고 느끼는 것
- ▶ 내가 가지고 있는 장점만이 아니라 약점조차도 나의 일부로 받아들이고 있는 그대로의 내 모습을 사랑하는 것



출처: (기시미 이치로, 고가 후미타케 (2013). (전경아 역). 미움받을 용기: 자 유롭고 행복한 삶을 위한 가르침. 서울: 인플루엔셜.

### ▶ 웹툰을 통해 자아존중감이 우리의 삶에 어떤 영향을 미치는지를 토의해 봅시다.

나의 의견	우리 학급의 의견
①	①
②	②
③	③
④	④
⑤	⑤

공동체 안에서 '나' 세우기

41